令和2年度　大田総合体育館　　前期スポーツ教室

9月

日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3 ステップ30 気功	4	5 Jr卓球 Jrテニス Jr柔道 器械体操A 器械体操B 器械体操C	エアロビック ボッチャ Pウォーキング ナイターテニス
6	7 バドミントン 姿勢改善 初級・中級卓球 ナイトフィットネス	8	9 弓　道 カラダほぐし健康体操 体力づくりとマシント アクティブヨガ	10 いきいきトレーニング 気　　功 3B体操 ステップ30	11 ボディーケアとマシン 初心者トレーニング	12 キッズあそび塾 Jrテニス Jr柔道 器械体操A 器械体操B 器械体操C	エアロビック ボッチャ Pウォーキング ナイターテニス ビギナーヨガ 朝ウォーク
13	14 バドミントン 姿勢改善 初級・中級卓球 ナイトフィットネス	15	16 弓　道 カラダほぐし健康体操 体力づくりとマシント アクティブヨガ	17 いきいきトレーニング 気　　功 ステップ30 3B体操	18 ボディーケアとマシン 初心者トレーニング	19 Jr卓球 キッズあそび塾 Jrテニス Jr柔道 器械体操A 器械体操B 器械体操C	エアロビック ボッチャ Pウォーキング ナイターテニス ビギナーヨガ
20 ZUMBA	21 バドミントン 姿勢改善 初級・中級卓球 ナイトフィットネス	22	23	24	25 ボディーケアとマシン 初心者トレーニング バランスボールで Let´産後ケア	26 Jr卓球 キッズあそび塾 Jrテニス Jr柔道 器械体操A 器械体操B 器械体操C	エアロビック ボッチャ Pウォーキング ナイターテニス ビギナーヨガ 朝ウォーク
27	28 バドミントン 姿勢改善 初級・中級卓球 ナイトフィットネス	29	30 弓　道 カラダほぐし健康体操 体力づくりとマシント アクティブヨガ				